

QO'L TO'PI O'YININING KELIB CHIQISHI VA TARIXI**Toshboyev Alisher Chimpolatovich***Toshkent shahar Yunus obod tumani**271-sonli umum ta'lim maktabi o'qituvchisi**+998999353831*

Qo'l to'pi o'yini 1898 yillarga kelib Daniyaning Ordurupe shahridagi gimnaziyalardan birining o'qituvchisi X. Nelson tamonidan fudboldan farq qiladigan, qizlar uchun mos keladigan yog'inli havoda sport zallarda o'ynasa bo'ladigan, yangi sport o'yinini yaratishga qaror qildi. U darvozabonlarni qoldirib, jamoa sonini qisqartirib, to'pni uzatish, qabul qilish, olib yurish va otish faqat qo'l bilan bajarilishini taklif qildi. Shu tariqa olamda «Xanbal» dunyoga keldi va keyinchalik tezda butun jahonga tarqalib ketdi. O'zbekistonda qo'l to'pi o'yining paydo bo'lishi va rivojlanish bosqichlari. Respublikamizda qo'l to'pining rivojlanishi 1938-yilda qo'l to'pi bo'yicha birinchi chempionat o'tkazilishidan boshlandi. 1960 -Toshkent Oliy harbiy bilim yurtlarida ta'lim oluvchi kursantlar orasida 11x11 qo'l to'pi musobaqalari o'tkazildi.

1960-yilda Harkov shaxrida yoshlar orasida qo'l to'pi sport turi bo'yicha butun ittifoq musobaqalari o'tkazildi va shundan so'ng sportning bu turi mamlakatda tez rivojlana boshladi. 1960-yilda O'zbekiston Davlat Jismoniy tarbiya insitutida ilk bor qo'l to'pi mutaxassisligi bo'limi ochildi.

1960-yillardan boshlab, Toshkent shahar birinchiliklarida 16-20 jamoa qatnasha boshladi va O'zbekiston qo'l to'pi o'yinchilarining sobiq ittifoq davrida qatnasha boshlagan yili deb hisoblandi. 1962-yili Tbilisi va Sverdlov shahrlarida o'tkazilgan ikkinchi sobiq ittifoq chempionatida erkaklar orasida O'zbekiston terma jamoasi muoffaqiyatli ishtirok etib, oliy ligaga yo'llanmani qo'lga kiritdilar.

O'zbekiston terma jamoasini tashkil etgan F.Abduraxmonov, M.Jukov, B.Pikin, V.Ogirenko, M.Sirotenko, M.Magdulin, A.Oleynikov, N.Raxmatov, A.Pantassenko va A.Sodiqovlar O'zDJTI hamda Toshkent Irrigasiya instituti jamoalari vakillari edi. Sobiq Ittifoq chempionatlariga O'zbekiston terma jamoasiga V.Sevastiyanov va V.Lemeshkovlar murabbiylik qilgan. O'zbekiston gambolchilari 1972-1973 yillarda yuqori natijalarga erishdilar. Ular sobiq Ittifoqda Oliy liga jamoalari orasida o'tkazilgan chempionatda 6-o'rinni egalladilar. O'zDJTI jamoasi butun Ittifoq talabalar o'rtasidagi musobaqalarda uch karra g'oliblikni qo'lga kiritdi.

O'zbekiston qizlar «Tenna» jamoasi 1975 va 1983 yillarda sobiq Ittifoq halqlari spartakiadasida faxrli 6-o'rinni egalladi. 20 dan ortiq qizlarimiz sport ustasi talablarini bajardilar.

Toshkentda dastlabki bolalar va o'smirlar sport maktablari o'tgan asrning 60-yillarida ochildi va sobiq Ittifoq maktab o'quvchilari spartakiadalarida muntazam ishtirok etib 1975-yili qizlar 3-o'ringa, o'smirlar esa, 1979-yili 6-o'ringa sazovor bo'lishdi. Keyinchalik ushbu sport maktablarida shug'ullangan Jahon va Olimpiya chempionlari Viktor Maxorin, Mixail Vasilev, yoshlar o'rtasida jahon chempionlari S.Zemlyanova va O.Ziibareva, sobiq Ittifoq «Tenna»

jamoasi tarkibiga qabul qilingan S.Orlov, V.Antonov, S. Kalnikov, G.Travkin, I.Axmadiyev, B.Proxorovlar “Halqaro sport ustasi” unvoniga sazovor bo’lganlar.

O’zbek ganbolchilarini tayyorlashdagi faol mehnatlari uchun F.Abdurahmonov, V.Kaplinskiy, V.Ogirenko, Y. Golovchenko, V.Konaplev, V.Izaak “O’zbekistonda xizmat ko’rsatgan murabbiy” unvoni bilan taqdirlandilar.

Mustaqil O’zbekistonda 1992-yili gandbol federasiyasi tashkil etilib, 1993-yili Halqaro va Osiyo federasiyalariga qabul qilindi. 1992-yildan boshlab O’zbekistonda erkaklar va ayollar o’rtasida chempionatlar o’tkazilib kelinmoqda.

1994-1996 yillarda Markaziy Osiyo davlatlari klublari o’rtasida o’tkazilgan chempionatda “D-klub” (O’zDJTI) gandbolchi qizlari g’alabaga erishdilar. Sh.K.Pavlov va F.A.Abdurahmonovlar rahbarligida O’zDJTI talaba qizlari asosida tashkil topgan respublika terma jamoasi 1997-yili Iordaniyada o’tkazilgan Osiyo chempionatida qatnashib, O’zbekiston jamoalar orasida sport o’yinlari bo’yicha 1-marta Jahon chempionatida qatnashish huquqiga ega bo’ldi. 1997-yillning dekabr oyida Germaniyada o’tkazilgan Jahon chempionatida Xitoy, Braziliya va Urgvay jamoalarini ortda qoldirib, O’zbekiston gandbolini dunyoga tanitdi.

O’quvchi yoshlarni jismoniy tarbiya va sport mashg’ulotlariga ommaviy jalb qilishni ta’minlash maqsadida O’zbekiston Respublikasi Prezidenti I.A. Karimov tashabbusi bilan 1999-yil 21 mayda qabul qilingan Vazirlar Maxkamasining “O’zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to’g’risida”gi 271-sonli qaroriga binoan mamlakatda kadrlar tayyorlash milliy modeliga asoslangan va uning talablariga uyg’unlashgan uzluksiz ta’limning ommaviy sport tizimi yaratilib, amalga oshirila boshlandi. Yangi tizim mamlakatimizning o’quvchi yoshlarini to’la qamrab olaboshladi. Sport ilk bor maktabda o’quvchining kundalik ehtiyojiga aylansa, akademik lisey va kasb-hunar kollejlari uning doimiy hamrohi bo’lib boradi. Universitet va insitutda esa bu hamroh uni nufuzli xalqaro musoboqalarga olib chiqadi. Musoboqalarda kashf etilgan g’oliblar O’zbekiston terma jamoalariga jalb etiladi. Yana bir muhim tomoni mazkur tizimlarda sportning ma’lum turi bo’yicha faoliyat ko’rsatgan yigit-qizlar bu boradagi ishlarni bo’lajak oilalarida, mehnat jamoalarida ham davom etdiradilar. Shu jumladan, qo’l to’pi bo’yicha 16 ta erkaklar va 14 ta ayollar jamoasi birinchi marta Buxoroda o’tkazilgan “Universiada-2002” dasturiga kiritildi. Bu uch bug’inli tizim yo’lga qo’yilgandan boshlab yana qo’l to’pi sportiga, uning yashashiga va rivojiga e’tibor berila boshladi. 2003-yilda “Talba” sport jamiyatining tuzilganligi ayni muddoa bo’ldi, chunki barcha sport turlari qatorida qo’l to’pi bo’yicha ham oiliy o’quv yurtlari o’rtasida musoboqalar o’tkazilib, bu sportchilarimizning tajriba o’ttirishiga xizmat qilmoqda.

O’zbekiston gandbolida hal etilmagan muammolar hali anchagina. Bugungi kunda avvalo qo’l to’pi jamoalaridagi o’quv mashg’ulotlari jarayoni va tarbiyaviy ishlar sifatini keskin yaxshilash kerak bo’ladi. Sport ilmiy vakillari-pedagogika fanlari doktori Ye.Seytxalilov va shu soha olimlari M. Jukov, J. Akramov, L. Xasanova, I. Shelyagina, S. Azizov, F. Abduraxmonov, V. Lemeshkov va Sh. Pavlovlar o’z tajribalari asosida gandbolga doir qanday yangilik va ilg’or usullarni, taklif, tavsiya etadigan bo’lsalar, hammasi bilan qurollanishi lozim. Shularga amal qilgandagina eng yaxshi jamoalarimiz jahon gandbolida yetakchi mavqeyga ega bo’lishlari mumkin. O’quvchi-yoshlar va talaba yoshlarni jismoniy tarbiya va sport mashg’ulotlariga ommaviy jalb qilishni ta’minlash maqsadida O’zbekiston Respublikasi Prezidenti I.A. Karimov tashabbusi bilan ko’pgina qarorlar qabul qilindi. Vazirlar

Mahkamasining 1999-yil 21-mayda qabul qilingan «O'zbekistonda jismoniy tarbiya va sportni yanada rivojlantirish chora-tadbirlari to'g'risida»gi 271-sonli qaroriga asosan mamlakatda kadrlar tayyorlash milliy modeliga asoslangan va uning talablariga uyg'unlashgan uzluksiz ta'limning ommaviy sport tizimi yaratildi.

- «Umid nihollari» - birinchi bo'g'in musobaqalar umumiy o'rta ta'lim maktablarining 1-9 sinf o'quvchilari qamrab olinadi;

- «Barkamol avlod» - ikkinchi bo'g'in musobaqalari akademik lisey o'quvchilari va kasb-hunar kollejlari kiradi; (har ikki yilda bir marta o'tkaziladi);

- «Talaba» sport uyushmasi bilan - uchinchi bo'g'in «Universiada» oliy o'quv yurtlari talabalari bilan «Universiada» sport musobaqalari o'tkaziladi (har uch yilda bir marta o'tkaziladi);

Ushbu yangi tizim mamlakatdagi barcha o'quvchi-yoshlar va talabalarni sport musobaqalariga muntazam qiziqtiradi va qamrab oladi. Sport turlari bo'yicha o'tkaziladigan mashg'ulotlar oldin maktabda o'quvchining kundalik ehtiyojiga aylansa, akademik lisey va kasb-hunar kollejlari uning doimiy hamrohi bo'ladi. Oliy o'quv yurtlarida esa yoshlarni nufuzli xalqaro musobaqalarga olib chiqadi.

Bu uch bo'g'inli tizim yo'lga qo'yilgandan boshlab qo'l to'pi sport turiga, uning rivojlanishiga e'tibor yanada oshdi. Shuning uchun birinchi navbatda qo'l to'pi sport turi bilan shug'ullanuvchi jamoalarda o'tiladigan o'quv mashg'ulotlari va tarbiyaviy ishlar sifatini keskin yaxshilash ham asosiy masalalardan hisoblanadi.

O'zbekistonda qo'l to'pi sport turi bo'yicha xizmat ko'rsatgan murabbiylardan Shoislom Pavlov, Firdavs Abduraxmonov, Jasur Akramovlarning respublikamizda qo'l to'pini rivojlanishida hissalar kattadir. Bularning o'z pedagogik tajribalari, izlanishlari asnosida mamlakatda qo'l to'pi sportining ommaviylashuviga va rivojiga katta hissa qo'shildi.

Gandbol keng tarqalgan sport turlaridan biri bo'lib, u o'quvchi yoshlarni jismoniy rivojlantirish, ularning salomatligini mustahkamlashning eng ommabop, binobarin, eng qulay vositalaridan biridir. Bu kattalar uchun ham, o'smir-yoshlar uchun ham birdek ma'qul bo'lgan chinakam, halqchil o'yin hisoblanadi. Har bir jamoada 7 kishidan 2 ta jamoa maydonga tushadi. O'yinlar 25-30 daqiqadan 2 marotaba davom etadi, oraliqda 7-10 daqiqa tanaffus beriladi. O'yin maydoni 40x20 m kattalikdagi to'g'ri to'rtburchakdan iborat. Darvozaning eni 3 metr, balandligi 2 metr bo'ladi, o'yin qoidalarini qo'pol ravishda buzgan o'yinchi uchun jamoaga jarima beriladi. Bu yetti metr masofadan turib turib to'pni darvozaga otish bilan amalga oshiriladi. Jarimani bajarayotgan sportchidan darvozabon va boshqa sportchilar 3 metr narida turishlari shart bo'ladi.

Qo'l to'pi o'yinining mazmunida o'ziga xos bo'lgan texnik va taktik usullar juda ko'p, ularning ba'zi bir xususiyatlari basketbol sport turining harakatlariga o'xshab ketsa ham, uning mazmun mohiyati tubdan farq qiladi. Ayniqsa, to'pning shakli (kichikroq va konussimon) va og'irligi boshqa turdagi to'plarga unchalik to'g'ri kelmaydi. Ya'ni to'pning og'rligi erkaklar uchun 425-475 gramm, ayolalar uchun 375-425 gramm, yoshlar uchun to'pning og'rligi 325-400 gramm, to'pning aylanasi 54-56 sm dan iborat.

O'yinda qatnashuvchi jamoa o'yinchilarining maqsadi to'pni egallab olib, himoya qilinib turgan darvozaga kiritish. To'p bilan barcha harakatlar faqat qo'lda bajariladi. To'p uchun kurashda, qarshilik ko'rsatishda qo'pollik va sportchiga xos bo'lmagan harakatlar qilinmasligi

va qoidaga rioya qilinib bajarilishi lozim. O‘yin - ishtirokchilarning yoshi va jinsiga bog‘liq bo‘lib, o‘yin vaqtida har bir o‘yinchi o‘zining shaxsiy fazilatlarini ko‘rsatish imkoniyatlariga ega. Ammo, shu bilan birga, o‘yin har bir gandbolchidan o‘z shaxsiy intilishlarini umumiy maqsadga bo‘ysundirishini talab qiladi.

Qo‘l to‘pi o‘yining asosini yugurish, sakrash, to‘pni uzatish, olib qochish, uloqtirish kabi shug‘ullanuvchilarning har jihatdan uyg‘un rivojlanishiga yordam beradigan tabiiy harakatlar tashkil etadi. Yuklamalar organizmdagi barcha funksional tizimlarning rivojlanishiga ijobiy ta‘sir etadi. Mashg‘ulotlar ta‘sirida, shuningdek, musobaqalarda shug‘ullanuvchilarning ruhiy faoliyati takomillashadi, tezlik, chamalash, ijodiy fikr yuritish va tashabbuskorlik kabi sifatlari rivojlanadi. Qo‘l to‘pi o‘yini umumiy jismoniy tayyorgarlik uchun yaxshi vosita bo‘lib xizmat qila oladi. Yo‘nalishni o‘zgartirib xilma-xil yugurish, sakrashning turli xillari, maksimal tezlikda harakat qilish yo‘llari bilan jismoniy sifatlarni, ayni paytda irodaviy xislatlarni, taktik tafakkurni kamol toptirishi tufayli gandbol har qanday ixtisosdagi o‘quvchi uchun zarur bo‘lgan sport o‘yinlari qatoridan joy olgan. Gandbol o‘yini bugun maktab, lisey, kollej va oliy o‘quv yurtlarida keng qo‘llanilmoqda. Qo‘l to‘pi musobaqalari mehnatkashlarni muntazam tarzda jismoniy tarbiya mashg‘ulotlariga jalb qilishning muhim vositasi, sport mahoratini oshirishning hamda «Alpomish» va «Barchinoy»ni me‘yoriy talablarini bajarishning asosiy omillaridan biri hisoblana.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. F.Abdurahmonov, J.Akromov, Sh.Pavlov “Gandbol” (darslik) O‘zDJTI nashriyoti 2005-yil.
2. M.P.Shestakov “Gandbol” Sport akademiya. Maskva. 2001-yil.
3. <http://www.ziyonet.uz/>
4. <http://www.olympic.uz>